

Залесвская ООШ

Отд./корп

1000

03.06.2025

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		картофельное пюре	150	9,20	139	3	5	20
			сыр нарезка	30	18,40	108	7	9	0
			огурец в нарезке	20	3,22	3	0	0	1
			курица тушенная с морковью	90	19,92	114	13	5	4
	гор.напиток		какао с молоком	200	5,10	100	5	4	13
	хлеб		хлеб пшеничный и ржаной	60	6,60	122	4	1	25
	фрукты		мандарин	100	16,80	35	1	0	8
Обед	закуска		салат из моркови и яблок	60	4,26	60	74	1	4
	1 блюдо		борщ с капустой и картофелем	200	18,90	110	5	6	10
	2 блюдо		рис отварной	150	7,30	204	4	5	36
	гарнир		котлета рыбная	100	19,30	112	13	4	6
	сладкое		компот из кураги	200	6,80	67	1	0	16
	хлеб бел.		пшеничный	40	2,65	94	3	0	20
	хлеб черн.		ржаной	30	2,30	51	2	0	10
					140,70				

Школа

Залесовская ООШ

ОГД./корп

04.06.2025

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска		сыр в нарезке	30	21,10	108	7	9	0
	гор.блюдо		каша дружба	200	18,30	169	5	6	24
	гор.напиток		кисель из вишни	200	4,10	53	0	0	13
	хлеб		хлеб ржаной. пшеничный	60	6,00	122	4	1	25
	фрукты		яблоко	100	14,20	44	0	0	10
Обед	1 закуска		салат из свежих помидоров и огурцов	60	12,10	38	1	3	2
	2 блюдо		суп с мак изделиями	200	11,10	101	5	2	16
	3 блюдо		каша гречневая рассыпчатая	150	12,60	234	8	6	36
	гарнир		котлета из курицы	75	25,37	127	14	3	10
	сладкое		чай с молоком и сахаром	200	3,50	51	2	1	9
	хлеб бел.		пшеничный	40	3,10	70	2	0	15
	хлеб черн.		ржаной	30	2,90	68	3	1	13
					134,37				

Школа

Залесовская ООШ

Отд./корп



День

05.06.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		каша молочная	250	21,70	231	7	7	36
	хлеб		сыр нарезка	30	19,66	108	7	9	0
	напиток		хлеб пшеничный и ржаной	70	6,10	145	5	1	30
	фрукты		какао	200	4,60	133	4	3	22
			мандарин	100	21,40	35	1	0	8
Завтрак 2									
Обед	закуска								
	1 блюдо		помидор в нарезке	45	9,81	10	1	0	2
	2 блюдо		суп гороховый	250	17,60	139	8	4	19
	гарнир		плов с курицей	200	25,50	315	27	8	33
	сладкое		компот из смеси сухофруктов	200	6,40	81	1	0	20
	хлеб бел.		пшеничный	40	3,10	94	3	0	20
	хлеб черн.		ржаной	40	3,00	68	3	1	13
					138,87				

Школа

Залесовская ООШ

Отд./корп

06.06.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		картофель отварной в молоке	150	7,60	174	5	6	27
			котлета рыбная	100	27,30	112	13	4	6
	хлеб		пшеничный и ржаной	40	7,10				
	гор.напиток		коф напиток с молоком	200	11,30	86	4	3	11
	фрукты		яблоко	100	23,10	44	0	0	10
Обед									
	закуска		салат из свеклы	60	8,41	46	1	3	5
	1 блюдо		щи со свежей капусты	200	12,40	92	5	6	6
	2 блюдо		макаронны отварные	150	4,30	197	5	5	33
	гарнир		бефстроганы	80	31,68	167	12	12	2
	сладкое		компот из куряги	200	4,60	67	1	0	16
	хлеб бел.		пшеничный	60	3,10	141	5	1	30
	хлеб черн.		ржаной	30	3,00	51	2	0	10
					143,89				



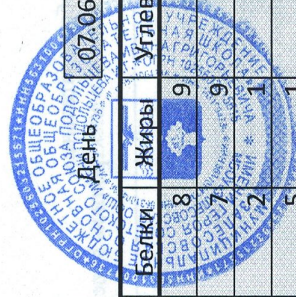
Школа

Залесовская ООШ

Отд./корп

07.06.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		каша молочная пшеничная	200	17,20	270	8	9	39
			сыр из твердых сортов в нарезке	30	26,34	108	7	9	
	гор.напиток		чай с молоком и сахаром	200	4,30	51	2	1	9
	хлеб		хлеб пшеничный ,ржаной	70	6,30	148	5	1	31
	фрукты		мандарин	100	21,30	35	1	0	8
Обед	закуска		салат из капусты с овощами	80	6,20	67	2	5	2
	1 блюдо		суп с рыбными консервами	200	18,41	116	8	4	12
	2 блюдо		плов с курицей	200	22,10	315	27	8	33
	сладкое		чай с сахаром	200	3,30	28	0	0	7
	хлеб бел.		хлеб пшеничный	40	4,30	94	3	0	20
	хлеб черн.		хлеб ржаной	30	4,60	51	2	0	10
					134,35				



Школа

Залесовская ООШ

Огд./корп

09.06.2025

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		запеканка из творога	150	22,40	301,3	29,7	10,7	21,6
			сыр из твердых сортов в нарезке	30	21,80	107,5	30	7	8,9
	гор.напиток		чай с лимоном и сахаром	200	6,20	27,9	0,2	0,1	6,6
	хлеб		хлеб пшеничный и ржаной	70	7,30	148,2	5,1	0,7	30,5
	фрукты		яблоко	100	18,70	44,4	0,4	0,4	9,8
Обед									
	закуска		огурец в нарезке	60	12,72	9	1	0	2
	1 блюдо		борщ с капустой и картофелем	200	11,90	110	5	6	10
	2 блюдо		картофельное пюре	150	6,20	139	3	5	20
	гарнир		котлета из говядины	75	17,67	221	14	13	12
	сладкое		компот из яблок с лимоном	200	4,90	47	0	0	11
	хлеб бел.		пшеничный	60	4,10	141	5	1	30
	хлеб черн.		ржаной	30	3,90	51	2	0	10
					137,79				